چند قدم تا آرامش:

چگونگی حل تعارض در زندگی زناشویی

هادی حسین‌خانی



۱۲۲

بسم الله الرحمن الرحیم

رهنما ۱۲۲ (چند قدم تا آرامش)

نویسنده:

هادی حسینخانی

ناشر چاپی:

انتشارات آستان قدس رضوی - به نشر

ناشر دیجیتالی:

مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

فهرست

رهنما۱۲۲ (چند قدم تا آرامش)

مشخصات کتاب

سرشناسه : حسین خانی، هادی، ۱۳۴۳ -

عنوان و نام پدیدآور : چند قدم تا آرامش: چگونگی حل تعارض در زندگی زناشویی/ هادی حسین خانی؛ تهیه و تنظیم اداره پاسخگویی به سوالات دینی آستان قدس رضوی؛ ویراستار عظیم قهرمانلو؛ به کوشش محمد حسین پورامینی.

مشخصات نشر : مشهد: آستان قدس رضوی، شرکت به نشر، ۱۳۹۶.

مشخصات ظاهری : ۵۲ص.: مصور (رنگی) ؛ ۱۱ × ۱۷ س م.

فروست : به نشر (انتشارات آستان قدس رضوی) ؛ ۲۲۱۷. رهنما؛ ۱۲۲.

شابک : ۹۷۸-۹۶۴-۰۲-۲۷۲۲-۰

وضعیت فهرست نویسی : فیپا

یادداشت : چاپ دوم.

یادداشت : چاپ قبلی: انتشارات قدس رضوی، ۱۳۹۳.

عنوان دیگر : چگونگی حل تعارض در زندگی زناشویی.

موضوع : زناشویی -- اختلاف

موضوع : Marital conflict

موضوع : زناشویی -- ارتباط -- جنبه های مذهبی -- اسلام

موضوع : Communication in marriage -- Religious aspects -- Islam

شناسه افزوده : پورامینی، محمد حسین، ۱۳۵۴ - ، گردآورنده

شناسه افزوده : آستان قدس رضوی. اداره پاسخگویی به سئوالات دینی و اطلاع رسانی

شناسه افزوده : شرکت به نشر(انتشارات آستان قدس رضوی)

شناسه افزوده : Behnashr Company(Astan Quds Razavi Publications)

رده بندی کنگره : HQ۷۴۳/ح۴۶۴چ۹ ۱۳۹۶

رده بندی دیویی : ۶۴۶/۷۸

شماره کتابشناسی ملی : ۴۷۳۰۶۴۵

راه آفتاب

به حُسن خلق و نیک رفتاری با خانواده توصیه می فرمود: «در

قیامت، کسی به من نزدیک تر است که در دنیا خوش اخلاق تر و نسبت به خانواده خویش نیکوکارتر باشد».

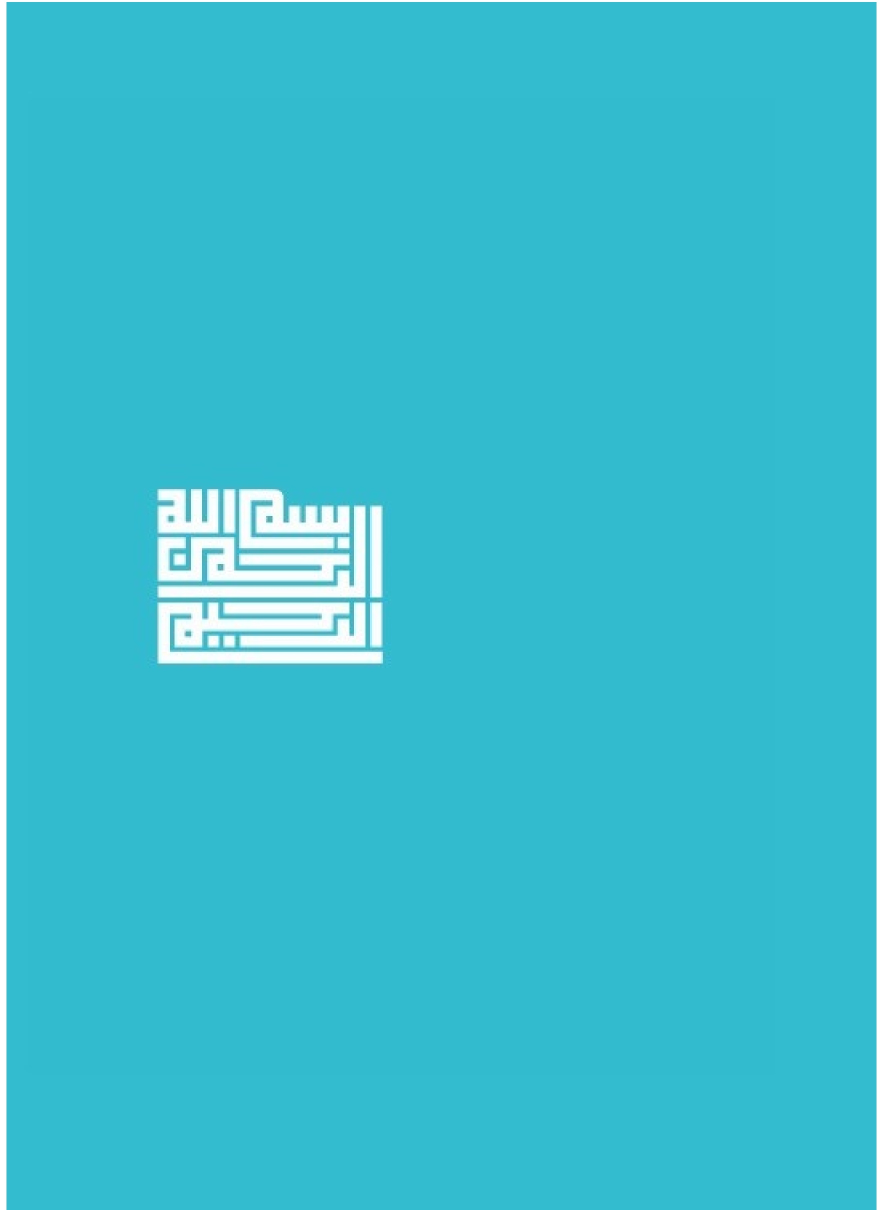
وسایل الشیعه،

ج۱۲، ص۱۵۳.

ص:۱

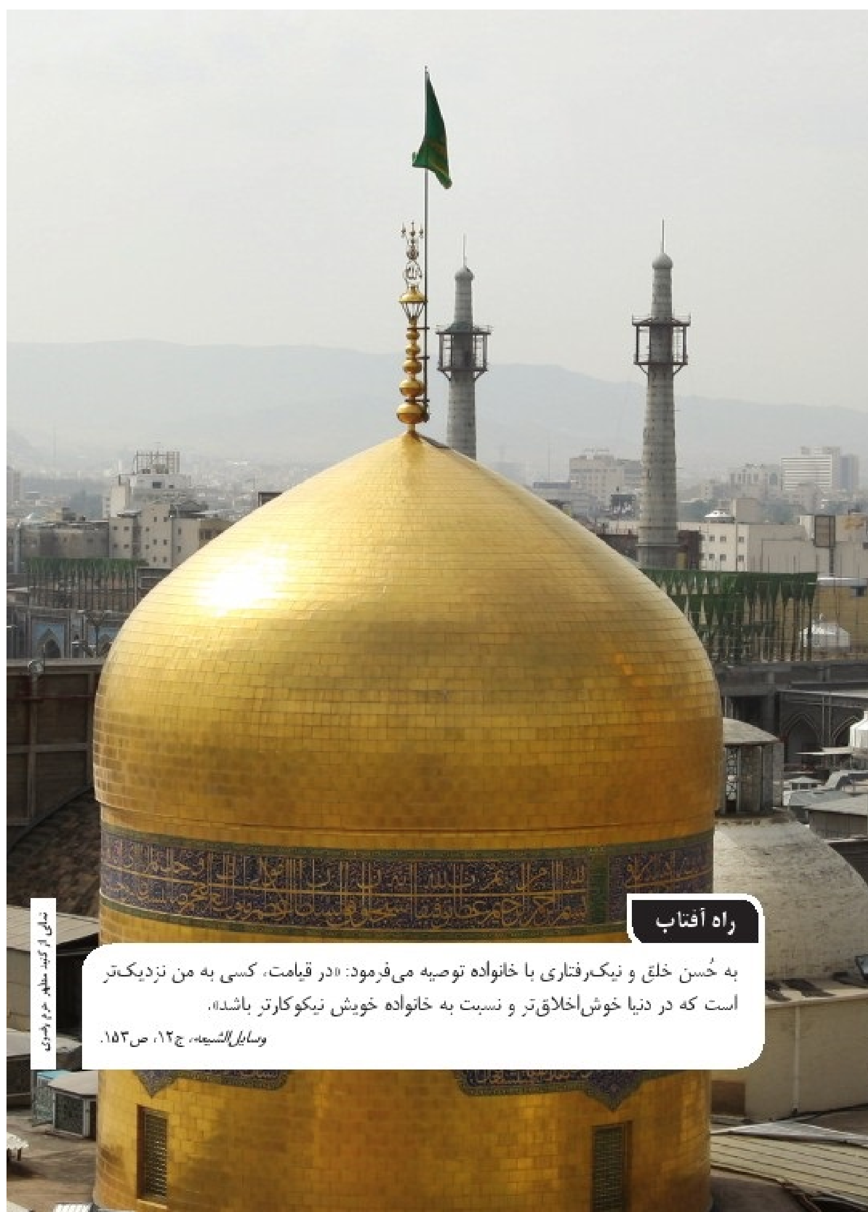
اشاره

تصویر



ص:۲

تصویر


راه آفتاب
به حُسن خلق و نیک‌رفتاری با خانواده توصیه می‌فرمود: «در قیامت، کسی به من نزدیک‌تر است که در دنیا خوش‌اخلاق‌تر و نسبت به خانواده خویش نیکوکارتر باشد».
وسایل‌الشیعه، ج۱۲، ص۱۵۳.
نمایی از گنبد مطهر حرم رضوی

تصویر

چند قدم تا آرامش؛ چگونگی حل تعارض در زندگی زناشویی

هادی حسین‌خانی

ص:۴

چند قدم تا آرامش

چگونگی حل تعارض در زندگی زناشویی

دریچه

در این مجموعه، به پرسش های ذیل پاسخ داده می شود:

۱. تعارض در روابط زناشویی چیست؟

۲. آیا بروز اختلاف میان همسران، امری غیرطبیعی به شمار می رود؟

۳. چه عواملی زمینه بروز اختلاف میان همسران را فراهم می سازد؟

۴. مواجهه نادرست با تعارض و اختلاف میان همسران، چه آسیب هایی را موجب می شود؟

۵. چه عواملی به رفع اختلاف و کشمکش میان همسران کمک می کند؟

۶. مراحل و گام های حل تعارض در روابط همسران کدام است؟

ص:۷

تصویر



ص:۸

درآمد

اختلافات و تعارضات همسران، عامل مؤثری در تزلزل بنیان خانواده و جدایی زوجین به شمار می رود. تحقیقات علمی درباره عوامل طلاق نشان می دهد که نداشتن تفاهم اخلاقی زوجین، از مهم ترین عوامل طلاق به شمار می رود.(۱)

با توجه به تأثیر چشمگیر اختلافات در تضعیف جایگاه خانواده، لازم است با نگاهی دقیق، زمینه های اختلاف همسران شناسایی شده، برای رفع این گونه زمینه ها و تقویت بنیان خانواده، برنامه ریزی شود.

اگر خواسته یکی از همسران با خواسته طرف مقابل هماهنگ نباشد، در واقع میان آنها تعارض یا اختلاف به وجود آمده است؛ مثلاً آنگاه که یکی از آنان به سرکشی از منزل والدین خود مایل باشد و دیگری تمایلی به خارج شدن از منزل نداشته باشد و یا در صورت تمایل، رفتن به منزل والدین خود را ترجیح دهد، دچار تعارض

۱- . هادی حسین خانی، معیارهای انتخاب همسر از دیدگاه اسلام و ساخت مقیاس آن، قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، رساله دکتری، ۱۳۹۰، ص۵.

شده اند. وجود اختلاف میان دو همسر که دست کم از جهات جنسیتی، شخصیتی و خانوادگی دارای ویژگی های گوناگون اند، امری کاملاً طبیعی و غیرقابل اجتناب است و کمتر زوجی را می توان سراغ گرفت که در همه امور زندگی با یکدیگر توافق کامل داشته باشند؛ ولی نکته غیرطبیعی آن است که با اختلاف به وجود آمده، به گونه ای غیرمنطقی و نادرست برخورد شود. برخی از زوجین به محض بروز کوچک ترین اختلاف، با شیوه ای ستیزه جویانه و پرخاشگرانه، تعارض به وجود آمده را پیچیده تر کرده، آن را به بحرانی در روابط تبدیل می کنند. برخی دیگر با انکار اختلاف به وجود آمده، مشکلات را به درون خود می ریزند و به ایجاد ناراحتی های روانی برای خود دامن می زنند. گروه دیگر، هنگامی که خواسته های خود را با انتظارات همسر ناسازگار می بینند، فقط عقب نشینی کرده، بدین وسیله موجی از تنفر نسبت به همسر را در خود ایجاد می کنند؛ حال آنکه:

اولاً، وجود اصل اختلاف در ارتباطات میان فردی، امری طبیعی است.

ثانیاً، به صرف اختلاف، نمی توان صلاحیت کلی همسر را زیرسؤال برد.

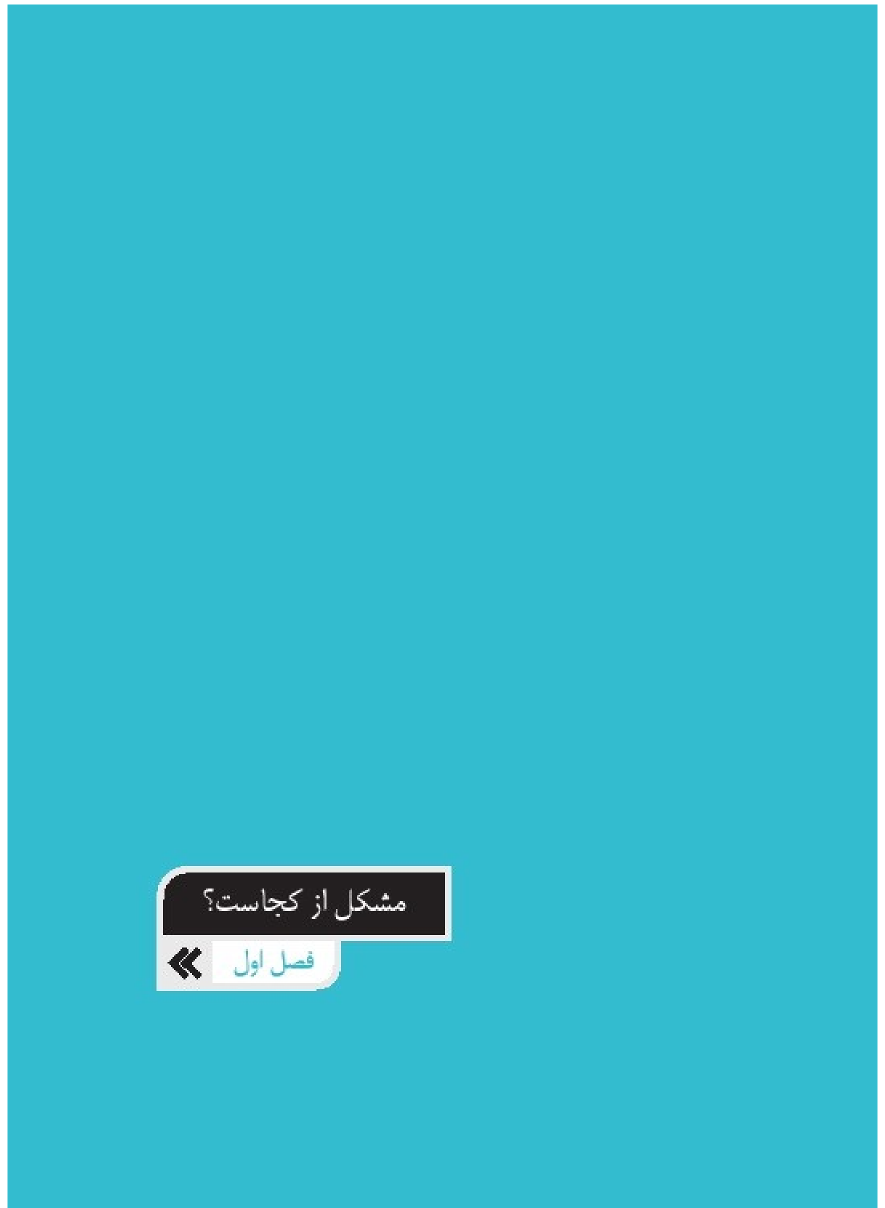
ثالثاً، در بسیاری موارد می توان با به کارگیری راهکار های گوناگون، اختلاف به وجود آمده را حل کرد. در این نوشتار مختصر،

نخست به مباحثی همچون زمینه های تعارض، آفات عدم مواجهه صحیح با تعارض و عوامل مؤثر در حل تعارض پرداخته خواهد شد و سپس مراحل حل تعارض مورد بررسی قرار خواهد گرفت.

فصل اول »مشکل از کجاست؟

اشاره

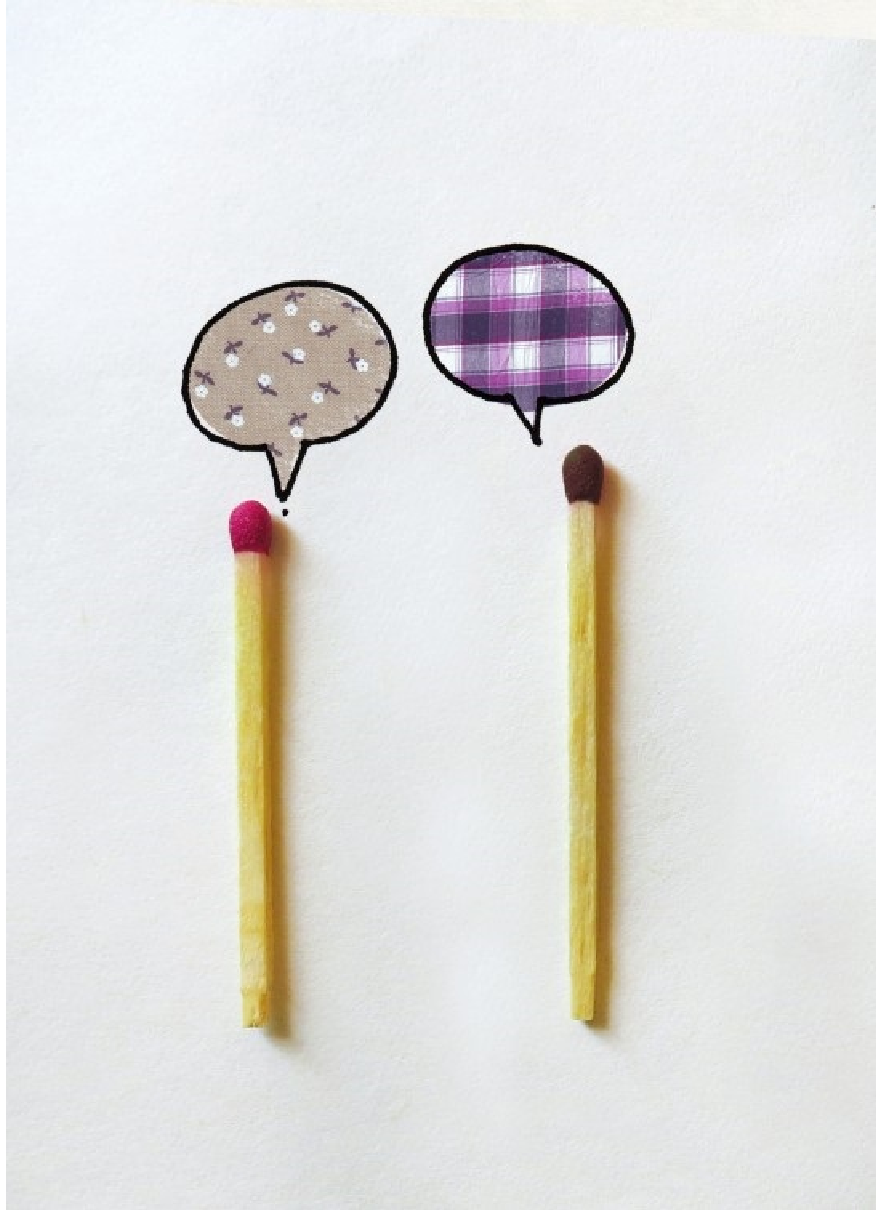
تصویر





ص:۱۳

تصویر



ص:۱۴

شناخت زمینه های تعارض و روش درست مواجهه با آن، امری مهم و ضروری است؛ زیرا آشنانبودن با این مسائل و مواجهه نسنجیده با تعارضات، مشکلات جبران ناپذیری به دنبال دارد. از این رو، در این بخش پس از بیان زمینه های تعارض، به آسیب های ناشی از مواجهه ناصحیح با این مسئله اشاره خواهیم کرد.

۱.زمینه های تعارض

اشاره

عوامل گوناگونی زمینه های تعارض میان همسران را پدید می آورند. این عوامل بسته به طول مدت ازدواج، متفاوت است؛ ولی پژوهشگران در تحقیقی، نتیجه گرفتند که پس از گذشت چند سال از زندگی مشترک، تکالیف اصلی زندگی با یکدیگر و چگونگی تقسیم کارهای خانه، چگونگی گذراندن وقت و توجه دهی به یکدیگر، چگونگی دخل و خرج پول و مسائل وابسته، بیشترین تعارض را برای زوج ها ایجاد می کنند.(۱) همچنین، ضعف باورها و رفتارهای دینی، اثرپذیری از رسانه ها، مشکلات برقراری ارتباط با یکدیگر، مشکلات ارتباط

۱- . زهره شیری، مهارت حل تعارض (برای همسران)، تهران: سازمان بهزیستی کشور، اداره کل روابط عمومی، ۱۳۸۷، ص۳۰؛ به نقل از اولسون و اولسون، ۲۰۰۱م.

با خویشاوندان و نیز مشکلات بیرونی و مؤثر بر خانواده،(۱) از دیگر زمینه های اختلاف میان همسران به شمار می رود.(۲)

پنجره

فقـدان گفت و گو، فقـدان رهبری مؤثر و تصـمیم گیری، تعـارض هـای ارزشـی، عقایـد متفـاوت دربـاره نقش هـای جنسـیتی، زایندگی اندک، تغییرات و انتقالات و مسائل حل نشده گذشته نیز فرایندهای دیگر مولد تعارض را تشکیل می دهند.(۳)

۱- . همچون مشکلات شغلی، اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی که از بیرون، خانواده را تهدید می کند.

۲- . زهرا آیت اللهی، امیرحسین بانکی پورفرد، فاطمه بداغی، فریده خلج آبادی، محمدرضا شرفی، شهلا کاظمی پور، محمود مشفق و حسن ملکی، اخلاق خانواده، قم: دفتر نشر معارف، ۱۳۹۱، ص۱۹۳-۲۰۱.

۳- . همان، ص۳۱-۳۴.

تصویر

زمینهٔ تعارض	نمونـــه
تکالیف اصلی زندگی	مرد، وظیفه اصلی زن را شوهرداری و تربیت فرزند، و زن، مسئولیت اصلی خود را تحصیل و اشتغال می‌داند.
چگونگی تقسیم کارهای خانه	مرد، همه کارهای خانه را به زن می‌سپارد، در حالی که زن، یاری شوهر را در برخی کارها طلب می‌کند.
توجه به یکدیگر	زن، دوست دارد هنگامی که شوهر به خانه آمد، به زن و نیازهای او توجه کند، حال آنکه مرد، مایل است وقت خود را به تماشای مسابقه فوتبال یا مطالعه روزنامه سپری کند.
چگونگی مخارج	زن، به خرید برخی لوازم لوکس و تجملی گرایش دارد؛ ولی مرد از خرید وسایل غیرضروری خودداری می‌کند.
ضعف باورها و رفتارهای دینی	مرد، به حضور در مراسم مذهبی به همراه همسر علاقمند است؛ ولی همسر وی تمایلی به این‌گونه مراسم ندارد.
اثرپذیری از رسانه‌ها	دیدن سریال‌های خانوادگی ماهواره‌ای، همسران را نسبت به یکدیگر بی‌اعتماد کرده است.
مشکل برقراری ارتباط با یکدیگر	هرگاه مشکلی به بحث گذاشته می‌شود، کار به جدل و پرخاشگری می‌رسد.
مشکل ارتباط با خویشاوندان	خانواده زن یا شوهر می‌خواهند عقاید و امیال خود را به زندگی خانوادگی فرزندان خود تحمیل کنند.
مشکلات بیرونی	از دست‌دادن شغل شوهر، همسر را آزرده کرده، او را به ایرادگرفتن از شوهر واداشته است.

تصویر

زمینهٔ تعارض	نمونــــه
تصمیم‌گیری	در مسائل مهم، هریک از زن و شوهر می‌خواهند تصمیم‌گیری نهایی را خود بر عهده گیرند.
انتقالات	مرد، به دلیل شغلی باید به شهر دیگری مهاجرت کند؛ ولی زن مایل است در شهر خود و در کنار نزدیکانش زندگی کند.
مسائل حل‌نشده گذشته	طرح مسائل مربوط به جلسه خواستگاری، مراسم عقد و عروسی، میهمانی‌ها و... که مدت‌ها از آن گذشته است، زمینه تعارضات را فراهم می‌سازد.

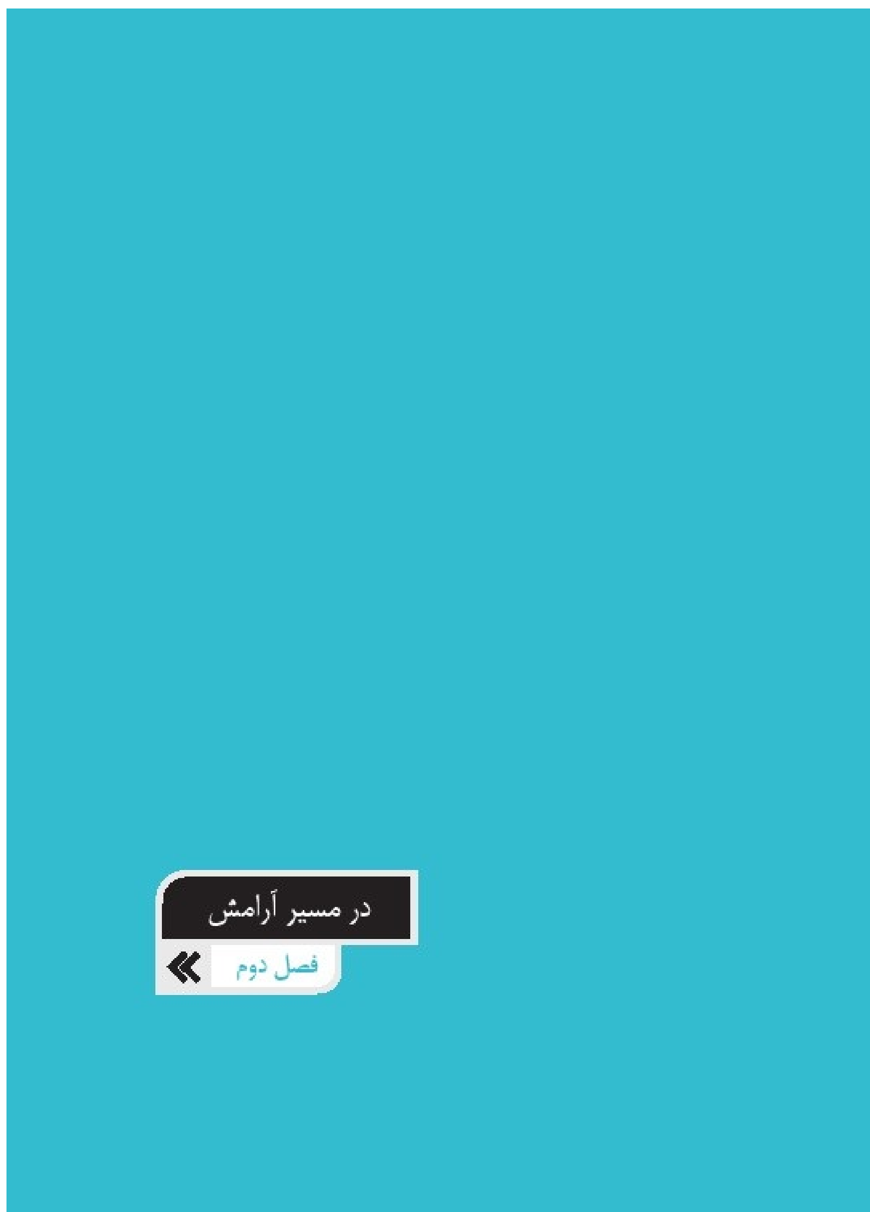
۲.آسیب های مواجهه ناصحیح با تعارض

بـا اینکه بروز اختلاـف و تعـارض میـان همسـران، امری طبیعی به شـمار می رود؛ ولی چنـانچه اختلافات میان زوجین مورد بی تـوجهی قرار گیرد، ممکـن اسـت تعارضـات ریشـه دارتر شـده، اختلافـات دیگری نیز آشـکار شـود و یـا ایـن مسـئله موجبـات مشـکلات روانی فرد و تنفر از همسـر را فراهم سازد؛ همچنان که مواجهه نسنجیده و عجولانه با تعارضات نیز می تواند به بروز جر و بحث، پرخاشگری، ستیزه جویی، قطع ارتباط و در نهایت، جدایی منجر شود.

فصل دوم «در مسیر آرامش

اشاره

تصویر



تصویر



ص:۲۰

برای آنکه همسران بتوانند به شکلی صحیح با تعارضِ به وجود آمده مواجه شوند و آن را حل کنند، توجه به برخی امور لازم است که در ذیل بدان می پردازیم.

۱.جدی گرفتن مسئله

اشاره

نخستین عامل تأثیرگذار در حل اختلاف، آن است که موضوعِ اختلاف برانگیز جدی گرفته شود و اهتمام خاصی برای برطرف ساختن مشکل صورت پذیرد. بعضی از همسران برای اجتناب از تعارض، می کوشند اهمیت موضوع را نادیده بگیرند یا حتی انکار کنند ... . آنها یا در موقعیت بی تصمیمی و بلاتکلیفی به سر می برند، یا امیدوارند این موقعیت نیز بگذرد. این فرایند در کوتاه مدت ممکن است به نظر مؤثر افتد؛ ولی در درازمدت و بر حسب اینکه چه کسی بیشتر با مسئله سروکار دارد، می تواند با عدم رضایت همراه باشد.(۱)

ص:۲۱

۱- . میلر، شراد، فیلیپس میلر، آلام و. نانالی و دانیل ب. واکمن، آموزش مهارت های ارتباط زناشویی، ترجمه فرشاد بهاری، تهران: رشد، ۱۳۸۵، ص۹۸-۹۹.

پنجره

باید بدانیم با نادیده گرفتن مسئله، آن را فقط همچون آتش در زیر خاکستر پنهان کرده ایم.

۲.درخواست از خداوند

اشاره

کمک گرفتن از خداوند خصوصاً زمانی که نشانه های نگرانی مشاهده می شود، زمینه را برای اجابت دعا و حل مشکل فراهم می سازد؛ همچنان که پیامبر می فرماید:(۱) خداوند هرگاه پیامبری را مبعوث می نمود، می فرمود هر زمان از چیزی ناراحت شدی، مرا بخوان! دعایت را مستجاب می کنم. همین مزیت را به امت من نیز بخشیده است؛ چنانچه در این آیه می فرماید: «اُدْعُونِی أَسْتَجِبْ لَکمْ:(۲) مرا بخوانید، تا شما را اجابت کنم». دعا علاوه بر آنکه خود زمینه اجابت را فراهم می سازد، آرامشی می بخشد که می توان به مدد آن مشکل پیش آمده را به شکل عاقلانه تری حل کرد.

پنجره

امام صادق برای سامان یافتن زندگی خانواده، این گونه

۱- . مجلسی، محمدباقر، بحارالانوار، بیروت: مؤسسه الوفاء، ۱۴۰۳، ج۲۳، ص ۳۴۰.

۲- . غافر، ۶۰.

از خداوند متعال مسئلت می کند: «ربّ و أصلح لی أهل بیتی فإنّهم لحمی و دمی: خداوندا! خانواده ام را برایم اصلاح فرما! زیرا آنان گوشت و خون من هستند».(۱)

۳.درک کردن همسر در هنگام تعارض

زن و شوهر باید یکدیگر را درک کنند و بفهمند. این تعبیری اروپایی است؛ ولی تعبیر خوبی است ... یعنی هرکس درد و خواست های طرف مقابل را بفهمد و با او راه بیاید، به این می گویند درک کردن.(۲)

امیر مؤمنان این نکته مهم در روابط اجتماعی را در نامه به امام مجتبی مورد توجه قرار داده اند:

پسرکم! سفارش مرا درک کن و خود را میان خویشتن و دیگران میزان در نظر آور. پس آنچه را برای خود دوست می داری، برای غیر خود نیز دوست بدار و آنچه برای خود نمی پسندی، برای دیگران نیز مپسند!(۳)

لازمه این امر آن است که فرد بدون هرگونه پیش داوری، خود را در شرایط همسر قرار دهد و موضوع اختلافی را از زاویه دید او بنگرد.

۱- . پسندیده، عباس، رضایت زناشویی، قم: مؤسسه علمی فرهنگی دارالحدیث (سازمان چاپ و نشر)، ۱۳۹۱، ص۳۲۸.
۲- . خامنه ای، سیدعلی، مطلع عشق، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۸۳، ص ۹۰.
۳- . مصباح یزدی، محمدتقی، پند جاوید، نگارش علی زینتی، قم: مرکز انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۰، ج ۱، ص۲۰۸.

۴.باور به توانمندی در حل اختلاف

همسـران زمـانی بـا جـدیت برای حل اختلافات خویش اقـدام می کننـد که به پشتیبانی الهی و قـدرت خویش در این باره باور داشـته باشـند. ناامیدی نسـبت به حل مشـکل به وجود آمده، هرگونه انگیزه همسـران را برای سامان بخشی به روابط، سلب می کند و آنان را از کوچک ترین اقدام برای برطرف ساختن مشکل بازمی دارد.

۵.اراده اصلاح

اشاره

هرگونه اقدام برای رفع تعارض، در صورتی مثمرثمر خواهد بود که همسران از اراده لازم برای حل مسئله برخوردار باشند.

پنجره

چنانچه طرفین یا یکی از آنها پیش تر تمایلی به حل اختلاف نداشـته باشد و از روی کراهت یا اجبار به پای میز مذاکره حاضـر شود، نتیجه خوشایندی به دنبال نخواهد داشت.

خداوند متعال شرط موفقیت داوران صلح خانوادگی را آن می داند که هردو داور، قصد اصلاح روابط زوجین را داشته باشند:

و اگر از جدایی و شکاف میان آن دو [همسر] بیم داشته باشید،

ص:۲۴

یک داور از خانواده شوهر و یک داور از خانواده زن انتخاب کنید [تا به کار آنان رسیدگی کنند]. اگر این دو داور، تصمیم به اصلاح داشته باشند، خداوند به توافق آنها کمک می کند؛ زیرا خداوند، دانا و آگاه است [و از نیات همه باخبر است].(۱)

۶.اختصاص زمان مناسب و نزدیک برای گفت وگو

اشاره

زمان خشم و عصبانیت، موقع مناسبی برای گفت وگو در جهت حل تعارض نیست. بر این اساس، امیر مؤمنان، مالک اشتر را به خویشتنداری در این هنگام فراخوانده اند:

[ای مالک!] به هنگام خشم گرفتن بر خود مسلط باش و تندی غضب، نیروی دست و بی پروایی زبان را در اختیار گیر و از همه اینها - با جلوگیری از خود و به تأخیر انداختن قدرت نمایی - برحذر باش، تا زمانی که خشمت فرونشیند و اختیار خویش به دست گیری و بر این کار، زمانی کامیاب می شوی که اندوه درونی خود را با یاد معاد و بازگشت به نزد پروردگار [و آنچه در آن روز در پیش داری]، بیفزایی.(۲)

در عین حال، باید زمان نزدیکی را برای گفت وگو در نظر گرفت.

ص:۲۵

۱- . وَ إِنْ خِفْتُمْ شِقَاقَ بَینِهِمَا فَابْعَثُوا حَكماً مِنْ أَهْلِهِ وَ حَكماً مِنْ أَهْلِهَا إِن یرِیدا إِصْلَاحاً یوَفِّقِ اللهُ بَینَهُمَا إِنَّ اللهَ كانَ عَلِیماً خَبِیراً (نساء، ۳۵).

۲- . حکیمی، محمدرضا، محمد حکیمی و علی حکیمی، الحیاه، ترجمه احمد آرام، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۸۰، ج ۱، ص۷۵۷.

پنجره

به تعویق انداختن مکالمه فقط باعث ایجاد اضطراب و دلهره می شود، درباره چیزی که قرار است گفته شود یا اتفاق بیفتد. همچنین، گفت وگو در زمان نامناسب یا طرح مشکل در زمان ناکافی، جز اینکه باعث تنش و اختلاف بیشتر شود، ثمری ندارد.(۱)

البته در صورتی که یکی از طرفین، زمان پیشنهادی طرف دیگر را مناسب نداند، لازم است خودش زمان های دیگری را پیشنهاد کند تا گفت وگو بی جهت به تأخیر نیفتد.

۷.در نظرگرفتن مکان مناسب برای گفت وگو

اشاره

برای آنکه گفت وگو اثربخش باشد، باید مکان خصوصی و خلوتی در نظر گرفته شود تا حضور دیگران، مباحث را تحت تأثیر خود قرار ندهد و نیز عوامل مزاحمی مانند تلفن و تلویزیون باعث اختلال در صحبت نشود.

۱- . میلر، شراد و همکاران، آموزش مهارت های ارتباط زناشویی، ص۱۰۵.

پنجره

در اختلاف های عادی، هر انـدازه افراد دیگری در جریان تعارض قرار نگیرنـد، مسـئله آسان تر حل شده، از مداخلات آسـیب زای دیگران نیز جلوگیری می شود.

۸.عذرخواهی و عذرپذیری

اشاره

یکی از شرایط موفقیت گفت وگو و ایجاد توافق میان زوجین آن است که در هریک از مراحل فرایند حل تعارض، اگر خطای فرد و نقش او در ایجاد مشکل مشخص شد، اشتباه خود را بر عهده گیرد و از همسر عذرخواهی نماید.

پنجره

اقرار به خطا نقش چشـمگیری در حل اختلاف دارد و باعث می شود طرف مقابل نیز مسـئولیت خویش را در مشـکل به وجود آمده بپذیرد.

تـأثیر اعتراف به لغزش در بهبود روابط انسانی، از تأثیر آن در تقویت ارتباط با خداونـد متعال آشـکار می شود. امیر مؤمنان در مناجـات شـعبانیه، به خـدای متعـال عرضه می دارد: «و اگر مرگم فرا رسـیده و عملم مرا به تـو نزدیـک نکرده، اقرار به گنـاه را وسیله (تقرب به تو)

قرار داده ام».(۱) در روابط همسران وقتی فرد به اشتباه خود اقرار کرده، از همسر خود عذرخواهی می کند، زمینه را برای صمیمیت و نزدیکی هرچه بیشتر به او فراهم می سازد.

از سوی دیگر، لازم است همسر نیز به سرعت، عذرخواهی طرف مقابل را قبول کند و آن را گام بسیار مؤثری در اصلاح روابط دو طرف به شمار آورد. پیامبر درباره پذیرش عذر کسی که برای خطای خویش عذرتراشی می کند، فرموده اند: «ای علی! ... کسی که عذر انسانی که خود را تبرئه کرده، نپذیرد - چه شخص معذور راست گفته باشد، چه دروغ - مشمول شفاعت من نخواهد شد».(۲) روزی موسی بن جعفر فرزندان خود را احضار فرمود و به آنها گفت:

ای فرزندان من! توصیه ای به شما می کنم که هرکس آن را مراعات کند، چیزی از او ضایع و تباه نخواهد شد و آن این است که اگر کسی آمد و در گوش راست شما حرف های بد و ناپسندی گفت، سپس رفت به طرف چپ و در گوش چپ شما عذرخواهی نموده و گفت من چیزی نگفتم، شما عذر او را بپذیرید.(۳)

۱- . عبدالله بن صالح سماهیجی، ، صحیفه علویه، تحقیق و ترجمه سیدهاشم رسولی محلاتی، قم: بوستان کتاب، ۱۳۸۰، ص۱۷۲.

۲- . مجلسی، محمدباقر، بحارالانوار، ج۷۴، ص۴۷.

۳- . همان، ج۶۸، ص۴۳۵.

خلاصه

برای آنکه همسران بتوانند به خوبی با تعارض مواجه شوند، باید:

- مسئله را جدی بگیرند.

ن – برای حل مسئله، از خداوند یاری بجویند.

خود را در جایگاه همسر فرض کرده و او را درک – خود را در جایگاه همسر فرض کرده، موقعیت او را درک کنند.

ب – به حمایت خداوند و توانایی خویش در حل اختلاف معتقد باشند.

- از اراده ای قوی برای اصلاح برخوردار باشند.

- زمان و مکان مناسبی را برای گفت وگو در نظر بگیرند.

- چنانچه خطا متوجه ایشان بود، با شهامت از طرف مقابل عذرخواهی نمایند.

ص:۲۹

تصویر

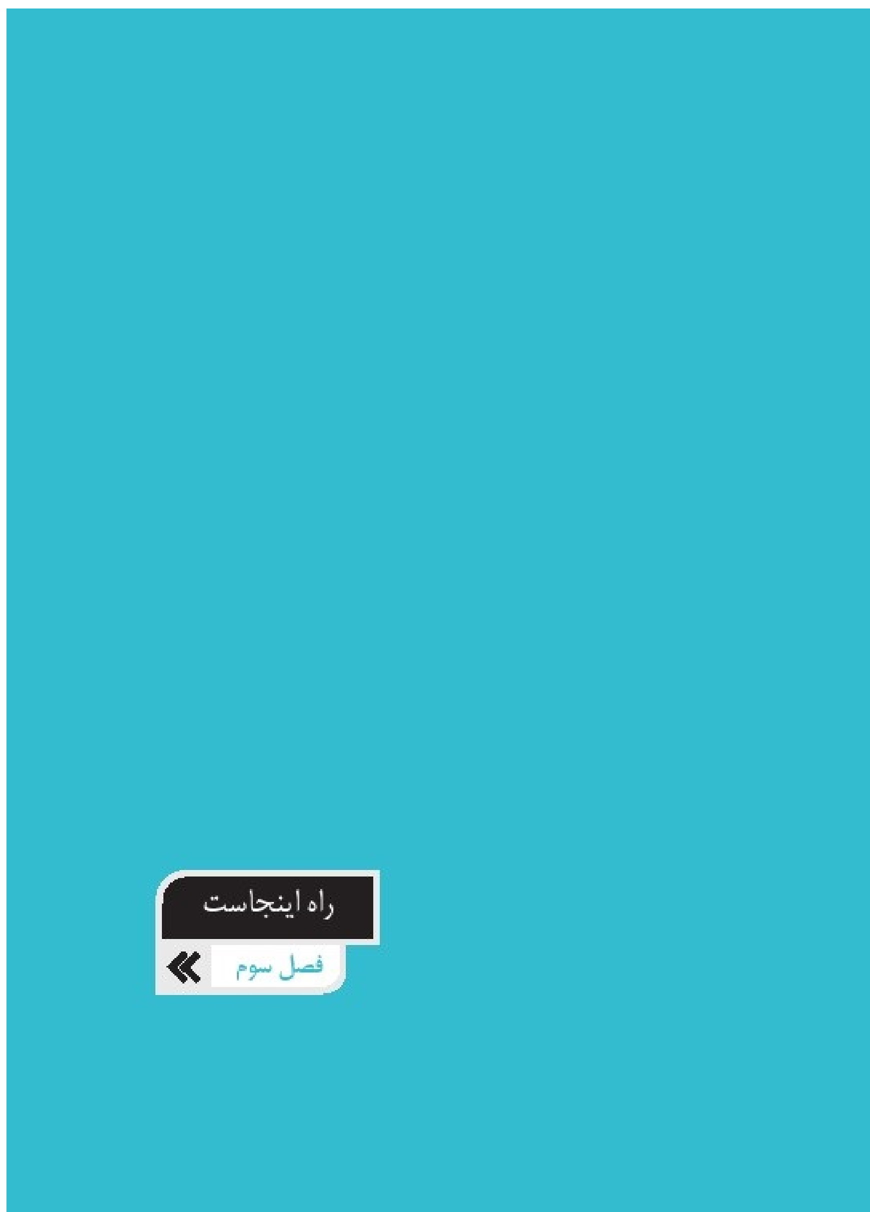


ص:۳۰

فصل سوم »راه اینجاست

اشاره

تصویر



ص:۳۱

تصویر



ص:۳۲

به منظور ایجاد گفت وگوی سازنده برای حل اختلاف میان همسران، پیمودن گام هایی توصیه می شود که شرح آن خواهد آمد.

۱.روشن کردن مسئله

اشاره

بهتر است پیش از تلاش برای حل مسائل، درباره آنها مذاکره کنید. تا زمانی که هردو احساس کنید به درک متقابلی رسیده اید، نباید به سمت حل مسئله حرکت کنید. برای این کار می توان از تکنیک های گوینده و شنونده(۱) استفاده کرد. در بسیاری از مسائل متوجه می شوید که پس از مذاکره خوب، واقعاً هیچ مسئله ای برای حل کردن وجود ندارد و فقط انجام یک مذاکره خوب کافی است. در برنامه(۲)PREP مشخص شده است که حدود هفتاد درصد مسائل همسران، آن گونه که در ابتدا انتظار می رفته، نیاز به راه حل ندارد. تأیید این دیدگاه بدون تجربه قدرت گفت وگوی خوب، دشوار است. در حقیقت ما در روابط مان چیزی اساسی تر از حل مسائل می خواهیم؛ در واقع یک

۱- . براساس این تکنیک، به نوبت، یک فرد سخن می گوید. در این حال، طرف مقابل می شنود و سپس مطالب طرف دیگر را شرح می دهد.

۲- . برنامه پیشگیری و غنی سازی رابطه.

دوست خوب می خواهیم.(۱)

پنجره

امیر مؤمنان یکی از خصلت های خوب برادر ایمانی خویش را این گونه معرفی می کند: «و کسی را که عذری داشت، سرزنش نمی نمود تا عذرش را می شنید».(۲)

۲.مشخص کردن جزئیات مسئله

پس از روشن شدن اصل مسئله، لازم است جزئیات آن نیز مشخص شود تا امکان تصمیم گیری برای حل آن بیشتر فراهم گردد؛ به عنوان مثال، اگر مسئله همسر به این صورت بیان شود: «میل دارم در تمیزنگهداشتن منزل با یکدیگر همکاری کنیم»، این خواسته، خواسته ای کلی است که برای عملی شدن آن باید به قطعات کوچک تر تقسیم شود. در این روش، مسئله - یعنی تمیزنگهداشتن منزل - می تواند شامل شست وشوی ظروف، جمع و جورکردن وسایل شخصی، گردگیری و... باشد که می توانید گام به گام برای هریک از آنها راه حل ارایه داده، در انجام آن توافق کنید.(۳)

۱- . شیری، زهره، مهارت حل تعارض (برای همسران)، تهران: سازمان بهزیستی کشور (اداره کل روابط عمومی)، ص۷۲.

۲- . نهج البلاغه، ترجمه محمد دشتی، قم: شرکت انتشارات مشهور، ۱۳۷۹، حکمت ۲۸۹.

۳- . شیری، زهره، مهارت حل تعارض (برای همسران)، تهران: سازمان بهزیستی کشور (اداره کل روابط عمومی)، ص۷۶.

۳.جست وجوی راه حل های ممکن

اشاره

در این گام باید همه راه حل های ممکن - چه آنها که پیش تر اعمال شده و چه آنها که تاکنون به کار گرفته نشده است - را جست وجو و یادداشت کرد.

پنجره

نکته مهم در این مرحله، داشتن حوصله لازم برای کشف همه مسیرهای حل مشکل و بسنده نکردن به ساده ترین و در دسترس ترین آنهاست.

خداوند متعال افرادی که نظرهای گوناگون را می شنوند و برترین آنها را برمی گزینند، خردمند دانسته، هدایت ایشان را خود بر عهده گرفته است: «پس بندگان مرا بشارت ده! همان کسانی که سخنان را می شنوند و از نیکوترین آنها پیروی می کنند؛ آنان کسانی اند که خدا هدایت شان کرده و آنها خردمندان اند».(۱)

۴.ارزیابی راه حل ها و انتخاب مناسب ترین راه

اشاره

گزینش بهترین راه حل ممکن یا ترکیبی از راه حل های مطرح شده، گام دیگری است که زوجین برای رسیدن به توافق برمی دارند.

۱- . فَبَشِّرْ عِبادِالَّذینَ یسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَیتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ أُولئِک الَّذینَ هَداهُمُ اللهُ وَ أُولئِک هُمْ أُولُوا الْأَلْباب (زمر، ۱۷).

پنجره

در این مرحله، نتایـج مثبت و پیامدهای منفی هر راه، موانع و امکانات تحقق آن و سـهولت یا دشواری آن ارزیابی می شود. در نهـایت، راه حلی که امکـان تحقـق آن بیشـتر فراهم بوده، موانع سـهل تری در برابر اجرای آن است و نتایـج سودمنـدتری برای طرفین به دنبال دارد، انتخاب می شود.

البته روشن است توافق همیشه به سـهولت امکان پذیر نیست. گاهی توافق به طور آشکاری متضمن دست شستن از چیزی است که خواهـان آنیـد و ممکن است چنین راه حلی بهـترین راه حـل باشـد؛ اگرچه در نگـاهی سـریع، این کـار ممکن است به نظر بازندگی بیاید؛ ولی در درازمدت نوعی پیروزی برای رابطه است.(۱)

۵.تقسیم و برنامه ریزی کارها

اشاره

برای اجرای بهترین گزینه، لازم است میان زوجین تقسـیم کار صورت پـذیرد و مشـخص کننـد که هریک چه کاری را در چه زمانی و با چه خصوصیتی انجام دهند.

ص:۳۶

۱- . شیری، زهره، مهارت حل تعارض (برای همسران)، تهران: سازمان بهزیستی کشور (اداره کل روابط عمومی)، ص۷۸.

پنجره

تقسیم وظایف زوجین برای حل مسئله، به شفافیت هرچه بیشتر مسئولیت طرفین و برطرف ساختن ابهامات احتمالی کمک می کند.

زوج جوان می توانند برای تقسیم صحیح وظایف، از اولیای خود کمک بگیرند؛ همچنان که از امام باقر نقل شده است:

علی و فاطمه از پیامبر تقاضا کردند که آن حضرت کارهای خانه و بیرون خانه را میان آنها تقسیم کند. پیامبر انجام کارهای داخل خانه را به عهده فاطمه نهاد و امور خارج از منزل را به عهده علی گذاشت.

امام باقر می گوید:

فاطمه می گفت: هیچ کس جز خداوند نمی داند که من چقدر خوشحال شدم از اینکه پیامبر کارهای بیرون از خانه را به عهده من قرار نداد و مرا از مراوده با مردان نجات داد.(۱)

۶.عمل براساس راه حل برگزیده

اشاره

پس از تقسیم کار، نوبت به عمل می رسد.

۱- . مجلسی، محمدباقر، بحارالانوار، ج۴۳، ص۸۱.

پنجره

برای عمل کردن به توافق، نبایـد منتظر شـروع اقدام از سوی طرف مقابل ماند؛ چون در این صورت، هیچ اقدامی آغاز نخواهد شد. همچنین، هرگز این پرسش که «اگر از سوی طرف مقابل عمل نشد، چه ...؟» را در ذهن خود پرورش ندهید.

در بیشتر موارد، لازمه ارتباط متقابل، اعتماد متقابل و عملکرد مؤثر به آن است. عمل شـما به وظیفه تعیین شده، طرف مقابل را نیز به انجـام کاری که مورد توافق قرار گرفته است، ترغیب می کنـد. البته حتی اگر همسـر شـما نیز از انجام تعهـد، طفره رفت، شما نبایـد مقابله به مثل کنیـد؛ چون عمل کردن شـما تأثیر خود را خواهـد گـذاشت. فرض کنید فرزند دلبند شـما مریض شده است و باید به درمانگاه منتقل شود. در چنین موقعیتی شـما به دنبال تعیین مقصر و واداشتن وی به انتقال فرزندتان به بیمارستان نخواهیـد بود، بلکه وظیفه خود می دانید که در اسـرع وقت، فرزند را به پزشک برسانید. در این موقعیت نیز که رابطه همسـران دچـار آسـیب شـده است، هریـک بایـد به وظیفه خود عمـل کنـد و بدانـد نـتیجه بخش خواهـد بود. عمـل کردن به رفتارهـای پسـندیده اخلاقی، به رغم بی توجهی به آن از نـاحیه طرف مقابـل، از جمله مکـارم اخلاـق است که در تعـالیم اسـلامی مورد توصیه جدی قرار

گرفته است. امام رضا از پیامبر این گونه نقل می کند:

به اخلاق نیک آراسته گردید؛ زیرا خدا به اخلاق نیک مبعوثم فرموده است و از مکارم اخلاق این است که انسان گذشت کند از کسی که به وی ستم نموده و بخشش کند به کسی که او را محروم ساخته و صله کند با کسی که با وی قطع نموده و عیادت کند از کسی که به عیادت وی نمی آید.(۱)

۷.پیگیری و محاسبه نتایج

اشاره

پیگیریِ عمل به راهکار مورد توافق و نیز بررسی نتایج حاصله، گام بعدی است که باید برداشته شود. این پیگیری دو فایده کلی دارد؛ اول، اینکه برای تعیین کارآیی راه حل ها در درازمدت، آنها را وارسی می کنید. گاهی انجام یک توافق، واقعاً مشکل را حل نمی کند. از سوی دیگر، پیگیری باعث پاسخ گویی و مسئولیت پذیری می شود. ما بیشتر وقت ها، زمانی ایجاد تغییرات را جدی می گیریم که بدانیم در آینده ای نزدیک ارزیابی می شویم. هنگامی که توافقات شکسته می شوند، همسران نسبت به علاقه صادقانه به یکدیگر و کار گروهی، بی اعتماد، ناامید و یا مأیوس می گردند. توافقات شکسته شده و دلایل آن هرچه زودتر باید بازبینی شوند.(۲)

۱- . طباطبایی، محمدحسین، سنن النبی، ترجمه محمدهادی فقهی، تهران: انتشارات اسلامیه، ۱۳۷۸، ص۳۵.

۲- . شیری، زهره، مهارت حل تعارض (برای همسران)، صص ۸۰ و ۸۱.

پنجره

در این مرحله باید علاوه بر ارزیابی نتایج مثبت و منفی و دلایل آنها، نقش هریک از طرفین نیز در حصول نتایج مورد بررسی دقیق قرار گیرد.

برخی از همسران در این مرحله فقط کاستی های طرف مقابل را محاسبه می کنند. حال آنکه در تعالیم اسلامی، ارزیابی عملکرد، بسیار مهم است(۱) و حتی از محاسبه عیوب دیگران نیز ضروری تر دانسته شده است.(۲) مهم اینکه عمل به توافقات، به هر میزان که تحقق پذیرد، باید ما را به ادامه مسیر دلگرم کند و هرگز نباید ملاک موفقیت توافقات را تحقق کامل و صددرصدی آن به شمار آورد؛ همچنان که پس از کشف اشکالات، باید مجدداً برای رفع آنها برنامه ریزی کرده، براساس آن اقدام کرد.

۸.تشکیل محکمه صلح خانوادگی

اشاره

گاه به رغم تلاش طرفین، نتیجه مطلوبی از گفت وگوها حاصل

ص:۴۰

۱- . قالَ رَسُولُ الله: لَا یکونُ الْعَبْدُ مُؤْمِناً حَتَّی یحَاسِبَ نَفْسَهُ أَشَدَّ مِنْ مُحَاسَبَهِ الشَّرِیک شَرِیکهُ وَالسَّیدِ عَبْدَه: بنده مؤمن نخواهد بود، مگر آنکه عملکرد خود را دقیق تر از عملکرد شریکش مورد ارزیابی قرار دهد (مجلسی، بحارالانوار، ج۶۷، ص۷۲).

۲- . قالَ رَسُولُ الله: طُوبَی لِمَنْ شَغَلَهُ عَیبُهُ عَنْ عُیوبِ النَّاس: خوشا به حال کسی که عیوبش او را از وارسی عیوب دیگران بازدارد (مجلسی، بحارالانوار، ج۷۲، ص۲۲۹).

نمی شود و یا به هر دلیل، زوجین خود را به حل تعارض قادر نمی بینند. در این مرحله، نوبت به تشکیل محکمه صلح خانوادگی می رسد.

پنجره

خداوند متعال درباره کارکرد محکمه صلح خانوادگی می فرماید:

و اگر از جدایی و شکاف میان آن دو [همسر] بیم داشته باشید، یک داور از خانواده شوهر و یک داور از خانواده زن انتخاب کنید [تا به کار آنان رسیدگی کنند]. اگر این دو داور، تصمیم به اصلاح داشته باشند، خداوند به توافق آنها کمک می کند؛ زیرا خداوند، دانا و آگاه است [و از نیات همه باخبر است].(۱)

این محکمه امتیازاتی دارد که محاکم دیگر فاقد آنند؛ از جمله:

۱. در محیط خانوادگی نمی توان فقط با مقیاس خشک قانون و مقررات بی روح گام برداشت؛ بنابراین دستور می دهد که داوران این محکمه کسانی باشند که پیوند خویشاوندی به دو همسر دارند و می توانند عواطف آنان را در مسیر اصلاح تحریک کنند.

۲. در محاکم عادی قضایی، طرفین دعوا مجبورند برای دفاع از

۱- . نساء، ۳۵.

خود، هرگونه اسراری که دارند، فاش کنند. به طور قطع اگر زن و مرد در برابر افراد بیگانه، اسرار زناشویی خود را فاش سازند، احساسات یکدیگر را چنان جریحه دار می کنند که اگر به اجبار به منزل و خانه بازگردند، دیگر از آن صمیمیت و محبت سابق خبری نخواهد بود.

۳. داوران در محاکم معمولی غالباً بی تفاوت اند، در حالی که در محکمه صلح فامیلی، حکمین نهایت کوشش را به خرج می دهند تا صلح و صمیمیت در میان این دو برقرار شود و به اصطلاح، آب رفته به جوی بازگردد.

۴. افزون بر موارد پیش گفته، چنین محکمه ای هیچ یک از مشکلات و هزینه های سرسام آور و سرگردانی محاکم معمولی را ندارد.(۱)

پنجره

نکته مهم آنکه در انتخاب داوران باید به عواطف، سوز، آگاهی، رازداری و اصلاح طلبی آنان توجه کرد.

۱- . مکارم شیرازی، ناصر، برگزیده تفسیر نمونه، تحقیق و تنظیم احمدعلی بابایی، تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۹، ج۱، ص۳۹۸.

۹.بهره گیری از مشاوران متعهد و متخصص

اشاره

برخی مواقع ممکن است حل مسئله نیازمند به کارگیری تدابیر کارشناسی ویژه بوده، از عهده محکمه صلح خانوادگی خارج باشد. در چنین مواردی می توان از ظرفیت کارشناسی خارج از محدوده خانواده نیز استفاده کرد و با مشورت گرفتن از مشاوران متعهد و متخصص در جهت حل مشکل به وجودآمده اقدام کرد. طرفین نباید با اعتماد بیش از حد به توانایی خویش، خود را بی نیاز از مشاوره بدانند؛ زیرا خداوند متعال یکی از ویژگی های مؤمنان را مشورت در امور دانسته،(۱) حتی پیامبر خود را به مشورت کردن با مردم مأمور کرده است.(۲)

پنجره

لقمان حکیم، پسرش را این گونه پند می دهد: «به موعظه ملتزم باش و به آن عمل کن؛ چراکه در نزد عاقل، از عسل شیرین تر و نزد سفیه، از بالارفتن پیرمرد بر بلندی دشوارتر است».(۳)

عمل به رهنمودهای مشاور، حتی در صورت عمل نکردن همسر به آن، باعث می شود علاوه بر حرکت در مسیر تفاهم، طرف مقابل نیز

۱- . وَ أَمْرُهُمْ شُوری بَینَهُم: و کارهایشان به صورت مشورت در میان آنهاست (شوری، ۳۸).

۲- . وَ شاوِرْهُمْ فِی الْأَمْر: و در کارها با آنان مشورت کن! (آل عمران، ۱۵۹).

۳- . دیلمی، حسن بن ابی الحسن، إرشادالقلوب إلی الصواب، قم: شریف رضی، ۱۴۱۲، ج ۱، ص۷۳.

با ملاحظه نتایج حاصله به شوق آیـد و به نتایج مشاوره دلگرم شود و به راهنمایی های مشاور عمل کند. شایان ذکر است در مواردی که تعارضـات در مراحـل ابتـدایی باشـد، حتی می توان از نظرات مشاور پیش از تشـکیل محکمه صـلح خانوادگی نیز بهره برد و با به کارگیری راهنمایی های مشاور، ضـمن حل تعارضات، از پخش موضوع اختلاف در میان بستگان نیز پیشگیری کرد.

۱۰.معاشرت نیکو با همسر نامطلوب

اشاره

ممکن است بـا انجـام همه گـام هـای پیش گفته، تعـارض همچنان باقی بمانـد. در چنین مواقعی شایـد تصور شود تنها راه حل ممکن، جـدایی طرفین است؛ ولی از روش تربیتی قرآن کریم اسـتفاده می شود که اگر فرد بتوانـد نقاط ضـعف طرف مقابل را تحمـل کنـد و به رغم نارضـایتی از او، بـا وی به گونه ای نیکو معاشـرت نمایـد، خداونـد او را از عنایت ویژه خویش بهره مند خواهد ساخت.

خداوند به آنان که از همسر خود ناخشنودند، می فرماید:

وَ عاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئاً وَ يَجْعَلَ اللهُ فيهِ خَيراً كَثيراً: و با آنان به طور شایسته رفتار کنید! و اگر از آنها [به جهتی] کراهت داشتیـد، [فوراً تصـمیم به جـدایی نگیریـد!] چه بسا چیزی خوشاینـد شـما نباشـد و خداونـد خیر فراوانی در آن قرار

ص:۴۴

می دهد!(۱)

برای آنکه ارزش این شکیبایی روشن شود، پیامبر می فرماید:

کسی که بر بدی اخلاق زنش صبر و شکیبایی نماید، خداوند به او پاداشی مانند پاداش حضرت ایوب بر بلا و گرفتاریش عطا فرماید و زنی که بر اخلاق بد شوهر خود شکیبا باشد، خداوند به او مثل پاداش آسیه دختر مزاحم [همسر فرعون] را عطا فرماید.(۲)

معاشرت پسندیده پیامبران، امامان و بزرگان با همسرانی که موجبات آزار آنها را فراهم می ساخته اند، الگوی تعامل با همسر ناسازگار در پرتو تعلیمات اسلامی است که البته نتایج درخشانی به همراه دارد.

پنجره

نقل شده است که بوعلی سینا که آوازه شیخ ابوالحسن خرقانی را شنیده بود، برای ملاقات وی عازم خرقان شد. هنگامی که به منزل شیخ رسید، او به قصد هیزم آوردن رفته بود. پرسید: شیخ کجاست؟ زنش گفت: آن دروغگوی کافر را برای چه می خواهی؟ همچنین، آن زن که منکر

۱- . نساء، ۱۹.

۲- . قَالَ النَّبِی: مَنْ صَبَرَ عَلَی سُوءِ خُلُقِ امْرَأَتِهِ أَعْطَاهُ اللهُ مِنَ الْأَجْرِ مَا أَعْطَی أَیوبَ عَلَی بَلَائِهِ وَ مَنْ صَبَرَتْ عَلَی سُوءِ خُلُقِ زَوْجِهَا أَعْطَاهَا اللهُ مِثْلَ ثَوَابِ آسِیهَ بِنْتِ مُزَاحِم (طبرسی، حسن، مکارم الاخلاق، قم: شریف رضی، ۱۳۷۰، ص۲۱۳).

شیخ بود، در حق او بسیار جفا کرد و سخنان اهانت آمیز درباره اش گفت.

بوعلی سینا با حالت تعجب، عزم صحرا کرد تا شیخ را ببیند. شیخ را در حالی دید که خرواری هیزم بر شیری نهاده، می آورد. بوعلی سینا پریشان شد و گفت: ای شیخ! این چه حالت است؟

گفت: آری! تا ما بار چنان گرگی نکشیم - یعنی زن - شیری چنین بار ما نکشد.(۱)

۱۱.جدایی پسندیده

در صورتی که با انجام مراحل حل تعارض، توفیقی برای رفع اختلاف حاصل نشد و تحمل کاستی های همسر نیز ممکن نبود، شاید چاره کار چیزی جز جدایی همسران نباشد؛ زیرا سازگاری تا جایی جایز است که موجبات ارتکاب گناه را فراهم نسازد؛ ولی دستور اخلاقی قرآن آن است که حتی جدایی زوجین نیز باید به گونه ای اخلاقی و پسندیده صورت پذیرد. آنگاه که به دلیل دنیاطلبی، برخی از همسران پیامبر گلایه و شکوه از ایشان را آغاز نمودند، خداوند متعال در مقام تهدید آنان فرمود: «ای پیامبر! به همسرانت بگو: اگر شما زندگی دنیا

۱- . عطار نیشابوری، فرید الدین، تذکرهالأولیاء، تهران: انتشارات صفی علیشاه، ۱۳۷۴، ص۵۷۸-۵۷۹ (با اندکی تصرف).

و زرق و برق آن را می خواهید، بیایید با هدیه ای شما را بهر ه مند سازم و شما را به طرز نیکویی رها سازم!».[1] رفتار شایسته با همسر، در مواردی که تعارضات اساسی وجود داشته باشد، راه های پیشین مؤثر نیفتد و چاره ای جز طلاق نباشد، از جمله اموری است که در آیات متعدد قرآن کریم مورد توجه قرار گرفته است.[2]

از اینکه در مرحله نهایی تعارض و اختلاف همسران یعنی طلاق و جدایی، تأکید بر رفتار نیکو و پسندیده شده است، مشخص می شود که قطعاً در مراحل پیشین، رفتار شایسته با همسر از لوازم سبک زندگی اسلامی با همسر به شمار می رود.

در اینجا مراحل ذکرشده در قالب یک مثال در جدولی ارائه می گردد. در صورتی که مرد به دلیل مشکلات اقتصادی توانایی خرید یا اجاره مسکن را نداشته، به سکونت در منزل پدری ناچار باشد و از سوی دیگر، همسرش حاضر به سکونت در آن منزل نباشد، تعارض میان همسران اتفاق می افتد. در چنین موقعیتی، انجام مراحل ذیل توصیه می شود:

ص:۴۷

۱- . یا أَیهَا النَّبِی قُل لِّأَزْوَاجِک إِن کنتُنَّ تُرِدنَ الْحَیاهَ الدنْیا وَ زِینَتَهَا فَتَعَالَینَ أُمَتِّعْکنَّ وَ أُسَرِّحْکنَّ سَرَاحاً جَمِیلاً (احزاب، ۲۸).

۲- . بقره، ۲۲۹ و ۲۳۱؛ احزاب، ۴۹؛ طلاق، ۲ و ۶.

تصویر

مرحله	عنوان مرحله	اقدام مناسب
۱	روشن‌کردن مسئله	در ابتدا هریک از همسران به توضیح مشکل خود می‌پردازد و دیگری به آن توجه کرده، سپس آن را بازگو می‌کند.
۲	مشخص‌کردن جزئیات مسئله	در اینجا خانم به بیان جزئیات نگرانی خود از سکونت در منزل پدرشوهر می‌پردازد؛ مثلاً می‌ترسد استقلال خانواده به خطر بیفتد.
۳	جست‌وجوی راه حل‌های ممکن	برای رفع این نگرانی، راه‌هایی جست‌وجو می‌شود: ـ جداسازی درب ورود و خروج دو خانواده ـ تعیین حریم‌های دو خانواده، پیش از سکونت در منزل پدری ـ و...
۴	ارزیابی راه حل‌ها و انتخاب مناسب‌ترین راه	در این مرحله، راه حل‌ها ارزیابی شده، یک یا چند راه حل مناسب انتخاب می‌شود؛ مثلاً در این مسئله هر دو راهکار پیش‌گفته می‌تواند مورد استفاده قرار گیرد.
۵	تقسیم و برنامه‌ریزی کارها	متقاعدکردن خانواده زن برای این تصمیم بر عهده خانم و گفت‌وگو با خانواده پدری برای تعیین حریم‌ها، بر عهده آقا قرار می‌گیرد.
۶	عمل براساس راه حل برگزیده	در اینجا با رعایت نکات پیشین، زن و شوهر در منزل پدری شوهر ساکن می‌شوند.

تصویر

مرحله	عنوان مرحله	اقدام مناسب
۷	پیگیری و محاسبه نتایج	پس از مدتی که از سکونت آنها در آن مکان گذشت، نتایج آن مورد بررسی قرار می‌گیرد و چنانچه مشکلی وجود داشته باشد، برای حل آن گفت‌وگو می‌شود.
۸	تشکیل محکمه صلح خانوادگی	در صورتی که گفت‌وگوهای دوجانبه نتیجه‌بخش نباشد، یک نفر از سوی خانم و یک نفر از سوی آقا، جوانب مسئله را بررسی کرده، راه حل مناسب را برمی‌گزینند.
۹	بهره‌گیری از مشاوران متعهد و متخصص	در صورت عدم موفقیت حکمیت، با مراجعه به مشاور متخصص در امور خانواده، تلاش می‌شود راه حل مطمئن‌تری برای حل اختلاف یافت شود.
۱۰	معاشرت نیکو با همسر نامطلوب	در صورتی که به هر دلیل، آقا به تعهدات خود پای‌بند نباشد، خانم خود را با موقعیت جدید، سازگار می‌سازد و با همسر و خانواده وی خوشرفتاری می‌کند.
۱۱	جدایی پسندیده	در صورتی که هیچ‌گونه امکان سازگاری برای خانم وجود نداشته باشد و آقا نیز هرگز زیر بار تعهدات خود نرود و زندگی خانوادگی هر روز با درگیری و ناسازگاری توأم باشد، می‌توان به گونه‌ای پسندیده، به این رابطه آسیب‌زا خاتمه داد.

خلاصه

برای حل اختلافات همسران، پیمودن مراحل ذیل شایسته است:

- روشن کردن مسئله؛

- مشخص کردن جزئیات مسئله؛

- جست وجوی راه حل های ممکن؛

- ارزیابی راه حل ها و انتخاب مناسب ترین راه؛

- تقسیم و برنامه ریزی کارها؛

- عمل براساس راه حل برگزیده؛

- پیگیری و محاسبه نتایج؛

- تشکیل محکمه صلح خانوادگی؛

- بهره گیری از مشاوران متعهد و متخصص؛

- معاشرت نیکو با همسر نامطلوب؛

- جدایی پسندیده (در صورت نتیجه بخش نبودن مراحل پیش گفته).

ص:۵۰

بیشتر بخوانیم

۱. عباس پسندیده، رضایت زناشویی، قم: مؤسسه علمی فرهنگی دارالحدیث (سازمان چاپ و نشر)، ۱۳۹۱.

۲. علی حسین زاده، مهارت های سازگاری، قم: مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۸.

۳. علی حسین زاده، همسران سازگار، قم: مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی، ۱۳۹۱.

۴. مجتبی حیدری، هوای فاصله سرد است (خداحافظی با اختلافات خانوادگی)، تنظیم: محمدمهدی عباسی آغوی، قم: مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی، ۱۳۹۱.

۵. زهره شیری، مهارت حل تعارض (برای همسران)، تهران: سازمان بهزیستی کشور (اداره کل روابط عمومی)، ۱۳۸۷.

۶. نانسی گود، زندگی با همسر کج مدار (راهنمای سازگاری زناشویی برای زنان)، مترجم: فروزنده داورپناه، تهران: جوانه رشد، ۱۳۸۴.

علی اکبر مظاهری، نبرد بی برنده، قم: خادم الرضا، ۱۳۸۹.

ص:۵۱

تصویر



درباره مرکز

بسمه تعالی

هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ

آیا کسانی که می‌دانند و کسانی که نمی‌دانند یکسانند ؟

سوره زمر/ ۹

مقدمه:

موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان، از سال ۱۳۸۵ هـ.ش تحت اشراف حضرت آیت الله حاج سید حسن فقیه امامی (قدس سره الشریف)، با فعالیت خالصانه و شبانه روزی گروهی از نخبگان و فرهیختگان حوزه و دانشگاه، فعالیت خود را در زمینه های مذهبی، فرهنگی و علمی آغاز نموده است.

مرامنامه:

موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان در راستای تسهیل و تسریع دسترسی محققین به آثار و ابزار تحقیقاتی در حوزه علوم اسلامی، و با توجه به تعدد و پراکندگی مراکز فعال در این عرصه و منابع متعدد و صعب الوصول، و با نگاهی صرفا علمی و به دور از تعصبات و جریانات اجتماعی، سیاسی، قومی و فردی، بر مبنای اجرای طرحی در قالب « مدیریت آثار تولید شده و انتشار یافته از سوی تمامی مراکز شیعه» تلاش می نماید تا مجموعه ای غنی و سرشار از کتب و مقالات پژوهشی برای متخصصین، و مطالب و مباحثی راهگشا برای فرهیختگان و عموم طبقات مردمی به زبان های مختلف و با فرمت های گوناگون تولید و در فضای مجازی به صورت رایگان در اختیار علاقمندان قرار دهد.

اهداف:

۱.بسط فرهنگ و معارف ناب ثقلین (کتاب الله و اهل البیت علیهم السلام)

۲.تقویت انگیزه عامه مردم بخصوص جوانان نسبت به بررسی دقیق تر مسائل دینی

۳.جایگزین کردن محتوای سودمند به جای مطالب بی محتوا در تلفن های همراه ، تبلت ها، رایانه ها و ...

۴.سرویس دهی به محققین طلاب و دانشجو

۵.گسترش فرهنگ عمومی مطالعه

۶.زمینه سازی جهت تشویق انتشارات و مؤلفین برای دیجیتالی نمودن آثار خود.

سیاست ها:

۱.عمل بر مبنای مجوز های قانونی

۲.ارتباط با مراکز هم سو

۳.پرهیز از موازی کاری

۴.صرفا ارائه محتوای علمی

۵.ذکر منابع نشر

بدیهی است مسئولیت تمامی آثار به عهده ی نویسنده ی آن می باشد .

فعالیت های موسسه :

۱.چاپ و نشر کتاب، جزوه و ماهنامه

۲.برگزاری مسابقات کتابخوانی

۳.تولید نمایشگاه های مجازی: سه بعدی، پانوراما در اماکن مذهبی، گردشگری و...

۴.تولید انیمیشن، بازی های رایانه ای و ...

۵.ایجاد سایت اینترنتی قائمیه به آدرس: www.ghaemiyeh.com

۶.تولید محصولات نمایشی، سخنرانی و...

۷.راه اندازی و پشتیبانی علمی سامانه پاسخ گویی به سوالات شرعی، اخلاقی و اعتقادی

۸.طراحی سیستم های حسابداری، رسانه ساز، موبایل ساز، سامانه خودکار و دستی بلوتوث، وب کیوسک، SMS و...

۹.برگزاری دوره های آموزشی ویژه عموم (مجازی)

۱۰.برگزاری دوره های تربیت مربی (مجازی)

۱۱. تولید هزاران نرم افزار تحقیقاتی قابل اجرا در انواع رایانه، تبلت، تلفن همراه و... در ۸ فرمت جهانی:

۱.JAVA

۲.ANDROID

۳.EPUB

۴.CHM

۵.PDF

۶.HTML

۷.CHM

۸.GHB

و ۴ عدد مارکت با نام بازار کتاب قائمیه نسخه :

۱.ANDROID

۲.IOS

۳.WINDOWS PHONE

۴.WINDOWS

به سه زبان فارسی ، عربی و انگلیسی و قرار دادن بر روی وب سایت موسسه به صورت رایگان .

درپایان :

از مراکز و نهادهایی همچون دفاتر مراجع معظم تقلید و همچنین سازمان ها، نهادها، انتشارات، موسسات، مؤلفین و همه

بزرگوارانی که ما را در دستیابی به این هدف یاری نموده و یا دیتا های خود را در اختیار ما قرار دادند تقدیر و تشکر می نماییم.

آدرس دفتر مرکزی:

اصفهان -خیابان عبدالرزاق - بازارچه حاج محمد جعفر آباده ای - کوچه شهید محمد حسن توکلی -پلاک ۱۲۹/۳۴- طبقه اول

وب سایت: www.ghbook.ir

ایمیل: Info@ghbook.ir

تلفن دفتر مرکزی: ۰۳۱۳۴۴۹۰۱۲۵

دفتر تهران: ۸۸۳۱۸۷۲۲ ـ ۰۲۱

بازرگانی و فروش: ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹

امور کاربران: ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹